

FIT IM ALTER – Ihr Gesundheitskurs



Praktische Tipps für den Alltag und Übungen zur Sturzprävention!

Unser Ziel ist es, Ihnen durch ein abwechslungsreiches Bewegungs- und Beratungsangebot zu mehr Sicherheit und Eigenständigkeit im Alltag zu verhelfen!

Die Teilnahme ist **KOSTENFREI** und **KRANKENKASSENUNABHÄNGIG!**

Wann: 15.09.2026 – 13.10.2026, 10:30-12:00 Uhr

Ort: Konferenzraum der IKK classic
Wilhelmsplatz 7, 02826 Görlitz

15.09.2026

**EINSTIEG IN DIE
STURZPRÄVENTION**

22.09.2026

PFLEGEBERATUNG

29.09.2026

**VERWENDUNG VON
HILFSMITTELN**

06.10.2026

**DISKUSSION MIT EINEM
FACHARZT**

13.10.2026

FRAGEN ZUM ALTER

Anmeldung und nähere Informationen

Ivonne Fietze
Tel.: 03581 – 37 3574

Juliane Haymerle
Tel.: 03581 – 37 3474

E-Mail: geriatriezentrum@
klinikum-goerlitz.de